

Als de nood het hoogst is.

Pastoraat in crisissituaties.

R.Ruard Ganzevoort

Published in: *Coda 6/2* (1991), 95-101

Als er één categorie situaties aan te wijzen is waar het pastoraat vooral tot zijn recht kan komen, dan moet dat wel de categorie van de crisissituaties zijn. Als de nood het hoogst is heeft het pastoraat het meest nut. Het lijkt vanzelfsprekend dat daar het pastoraat van groot belang is. Dit artikel bespreekt theoretische en praktische aspecten van crisispastoraat. Daartoe stellen we eerst vast wat een crisis is vanuit psychologisch en theologisch gezichtspunt; daarna wordt het praktische crisispastoraat stap voor stap ter sprake gebracht.

WAT IS EEN CRISIS EIGENLIJK?

Wie het begrip crisis gebruikt is eigenlijk genoodzaakt daarvan een heldere omschrijving te geven. Het probleem is namelijk dat dit begrip dermate veel wordt gehanteerd dat allerlei nuances en verschillende visies dooreen lopen. Iedereen schijnt intuïtief aan te voelen wat een crisis is, maar daarmee is de conceptuele helderheid niet gediend.

Gebeurtenis - crisis

Toch komt in de literatuur een aantal elementen naar voren die in een theoretisch model dienen te worden opgenomen. Het gaat in een crisis om een (betrekkelijk korte) periode van psychische instabiliteit, die een reactie is op een externe gebeurtenis (Stone 1977). De crisis is dus -dit in tegenstelling tot het algemeen taalgebruik- niet de gebeurtenis zelf, maar de reactie van het individu op de gebeurtenis. Bij heel verschillende gebeurtenissen, Life Events, kan eenzelfde crisis optreden; gelijke Life Events kunnen voor de een een crisis opleveren en voor de ander niet (Ganzevoort 1989). Dit wordt onder meer bepaald door de manier waarop iemand met de gebeurtenissen omgaat.

Coping

In de laatste jaren is er dan ook een ware stortvloed van psychologische literatuur verschenen onder de noemer 'Coping' (Moos 1986, Snyder & Ford 1987). Hieronder wordt verstaan de cognitieve en gedragsmatige inspanningen die gericht zijn op het beheersen, verminderen of verdragen van interne of externe

eisen die geschapen zijn door een stressvolle interactie met de omgeving (Folkman 1984). De momenteel meest gangbare benadering in deze tak van de psychologie gebruikt een procesmatig model. Men kijkt niet zozeer naar persoonlijkheidskenmerken of kenmerken van Life Events, maar naar het proces van Coping in een concrete situatie.

Fundamenteel voor het verstaan is dan de 'appraisal'. Hieronder wordt verstaan de inschatting, taxering of interpretatie van de situatie. Trendsettend in de theorie is het model van R.S.Lazarus c.s. (Lazarus 1966, Lazarus & Folkman 1984) die onderscheiden tussen een primaire en een secundaire inschatting. De eerste (niet in tijd maar in richting) is de taxering van de situatie als schadelijk, bedreigend, uitdagend of weldadig (Monat & Lazarus 1977); de tweede is de taxering van mogelijke hulpbronnen (Moos 1986). Afhankelijk van deze taxering van de bedreiging en de eventuele hulpbronnen treedt er al dan niet een crisis op. Bij het ontwikkelen van een crisis zijn dan ook vier stappen te onderscheiden: crisisbevorderende gebeurtenis - taxering - hulpbronnen en verwerkingsmethoden - crisis (Stone 1977). Andriessen omschrijft een crisis als een stoornis die 'zo omvattend (is) dat iemand er niet aan ontkomen kan' en 'zo diepgaand dat iemand ze met eigen middelen niet te boven kan komen' (Andriessen 1984).

Een hermeneutische correctie

Charles Gerkin komt de eer toe aan de crisis-theorie een nieuwe hermeneutische impuls te hebben gegeven vanuit de theologie. Terwijl de bovengeschetste benadering van crisis en coping al veel nadruk legt op de inschatting, interpretatie van levensgebeurtenissen werkt Gerkin nog nadrukkelijker vanuit een hermeneutische visie op de mens. De mens is voortdurend bezig zijn ervaringen te ordenen (Gerkin 1979, 1984, 1986). Een crisis is voor hem dan ook niet zozeer een psychologische gebeurtenis, maar een existentiële confrontatie: 'A crisis situation is, for modern persons, an extreme or boundary situation in which the fundamental contradiction between human aspirations and finite possibilities becomes visible in such a way as to demand attention' (Gerkin 1979). Lindijers kritiek op deze benadering is vooral dat het begrip 'crisis' zo veel breder wordt dan de kortstondige zin waarin het gebruikelijk wordt opgevat (Lindijer 1984). Toch is dat de vraag. Wel is waar dat Gerkin veel meer de achterliggende kern van een (psychologische) crisis raakt, maar ook in een model van crisisinterventie en crisispastoraat kan deze hermeneutische benadering worden ingezet. Verder in dit artikel zal dat worden uitgewerkt.

Terwille van de helderheid geven we hier onze eigen definitie van crisis met een korte toelichting. Onder een crisis verstaan we een situatie (herkenbaar aan allerlei psychologische en sociale symptomen) waarin het tot dan toe geldende levensverhaal of interpretatiekader niet langer als adequaat zingevend wordt ervaren doordat een levensgebeurtenis als te bedreigend en hulpbronnen als onvoldoende worden ingeschat (Ganzevoort 1989). Het gaat in een crisis dus om een dubbele hermeneutische beweging. In de eerste plaats zijn er het oude levensverhaal en de verwachtingen waarmee de situatie wordt benaderd. Zowel

het levensverhaal als de verwachtingen zijn echter interpretaties van de werkelijkheid van het leven. vervolgens is er de ervaring van een nieuwe situatie, welke ervaring ook een interpretatie is. Door de nieuwe interpretatie wordt het oude kader als ontoereikend ervaren. Een nieuwe interpretatie van (nieuwe) feiten botst op het oude evenwicht van interpretaties dat het leven vorm gaf.

Soorten crises

Hoewel er meer indelingen denkbaar zijn is de belangrijkste groep crises in tweeën in te delen: ontwikkelingscrises en traumatische crises. De eerste hangen nauw samen met een bepaalde levensfase, de andere met bepaalde levensgebeurtenissen. Als het gaat om de ontwikkelingscrises kunnen we veel leren van de theorieën van E.H.Erikson. Hij heeft in de totale levensloop van de mens acht kritische ontmoetingen onderscheiden. In elke ontmoeting moet een kernconflict worden overwonnen; de uitkomst van de ontmoeting bepaalt de ontwikkeling van de identiteit. De kernconflicten vinden achtereenvolgens plaats in de volgende levensfasen: zuigelingtijd (vertrouwen - wantrouwen), kleutertijd (autonomie - schaamte), speel-leerfase (initiatief - schuldgevoel), schoolleeftijd (activiteit - minderwaardigheid), adolescentie (identiteit - rolverwarring), jongvolwassenheid (intimiteit - isolement), volwassenheid (generativiteit - in zichzelf opgaan) en ouderdom (ego-integriteit - wanhoop). In iedere crisis overwint een van de polen van het kernconflict, zodat trapsgewijs een identiteit wordt opgebouwd (Erikson 1971)

De traumatische crises zijn die crises die een reactie zijn op ernstige levensgebeurtenissen. Omdat deze hierboven al breder ter sprake zijn geweest kunnen we dat hier laten rusten. Toch moeten we wel uitkijken dat we deze twee soorten niet te scherp onderscheiden. In de eerste plaats is het zo dat veel traumatische crises ook een ontwikkelingscrisis inhouden, oproepen of versterken. In de tweede plaats geldt voor de ontwikkelingscrisis hetzelfde als wat al gezegd is voor de traumatische crisis: het tot dan toe geldende levensverhaal wordt niet langer als adequaat zingevend ervaren. In het verbrokkelde interpretatiekader komt het tot een nieuw evenwicht van zingevingen.

CRISISPASTORAAT

Het crisispastoraat is een vorm van pastoraat die meer dan gewone mogelijkheden biedt. Tegelijk is het een vorm die elke pastor (beroepsmatig of niet) kan gebruiken, en het betreft situaties die elke pastor tegenkomt. Een korte toelichting bij elk van deze drie punten gaat vooraf aan een systematische bespreking van de praktijk van het crisispastoraat.

Voordelen van crisispastoraat

Dat het crisispastoraat meer dan gewone mogelijkheden biedt hangt vooral hier mee samen dat mensen in een crisis meer dan anders open staan voor veranderingen. Hun geldende levensverhaal functioneert immers niet meer als een adequaat zingevend zingevingssysteem, en dat betekent dat dit het moment is

voor een verandering in het levensverhaal. Uiteraard komt het hier aan op de fijngevoeligheid van de pastor. Het risico van manipulatie is groter naarmate de gesprekspartner meer te beïnvloeden is. Verder in dit artikel wordt dit concreter uitgewerkt. Maar de mogelijkheid om tot ingrijpende veranderingen in geloof en levensoriëntatie te komen ligt besloten in de crisisperiode.

Crisispastoraat betreft situaties die elke pastor tegenkomt. Zowel in het categoriaal pastoraat (bijvoorbeeld in ziekenhuizen, pastorale centra, revalidatiecentra) als in het gemeentepastoraat (rond scheiding, overlijden, pensionering) als in het informele pastoraat dat gelovigen aan elkaar bewijzen komen we veel crisissituaties tegen. Daarmee is crisispastoraat geen specialisme binnen het pastoraat, maar een vorm van eerste hulp die elke pastor zou moeten beheersen. Dat hoeven we niet te beperken tot professioneel geschoolde pastores. Ieder die open staat voor mensen en bewogen is met hun nood kan veel betekenen voor mensen in een crisis.

Crisisinterventie

In de theorie van de crisisinterventie is het gebruikelijk te spreken van de ABC-methode. Deze methode beschrijft de drie stappen van de crisisinterventie: Achieve contact, Boil down the problem, Constructive action. Clinebell (1984) voegt hier een vierde stap aan toe: Develop ongoing growth. Aan de hand van deze stappen kunnen we het crisispastoraat bespreken, waarbij we een en ander nader invullen vanuit de visie dat de kern van de crisis bestaat uit het niet kunnen zingeven binnen het geldende levensverhaal. Daarmee komen we buiten het smalle vaarwater van de interventie op zich.

Ontmoeting

De eerste fase is die waarin het contact met de gesprekspartner moet worden gelegd of geïntensiveerd. In sommige gevallen gaat dat van de gesprekspartner uit, in andere kan de pastor zelf het initiatief tot de ontmoeting nemen. Met name in het gemeentepastoraat heeft een pastor grote mogelijkheden tot eigen initiatief, terwijl hij ook anderszins meer mogelijkheden heeft door zijn vele contacten, zijn symboolwaarde als ambtsdrager, en door het inschakelen van de geloofsgemeenschap (Switzer 1986). Het contact kan voorafgaand aan de crisis al in mindere of meerdere mate aanwezig zijn, maar in het crisispastoraat komt het tot een verschuiving in de relatie. Kenmerkend voor deze verschuiving zijn een intensiever contact, een grotere nabijheid en betrokkenheid en een verminderde vrijblijvendheid.

Om deze verschuiving te bewerkstelligen is het van het grootste belang dat de pastor een werkelijke ontmoeting nastreeft. Daarbij zijn vertrouwen, nabijheid, openheid en eerlijkheid van het grootste belang. De gesprekspartner moet bij de pastor ontdekken dat hij veilig is en een open hart en open oren zal aantreffen. In deze fase van het crisispastoraat is er geen ruimte voor oordelen, moralistische opmerkingen en opmerkingen die de gesprekspartner het gevoel geven dat hij niet werkelijk serieus wordt genomen. De pijn van de gesprekspartner moet gepeild kunnen worden. Het verhaal moet werkelijk gehoord worden, anders komt het

niet tot een heilzame verandering. Kortom: het moet komen tot een werkelijke ontmoeting, dat wil zeggen dat pastor en gesprekspartner elkaar tegenkomen, zien, spreken en elkaar iets doen (Donga 1989). In goed crisispastoraat spelen de beschikbaarheid van de pastor en de snelheid van reageren een grote rol (Lindijer 1984).

Diagnose

In de tweede fase gaat het om het inperken van het probleem tot zijn hoofdzaken. Dat betekent dat we hier te maken hebben met een hermeneutisch diagnostisch proces. Er wordt terecht gepleit voor het hoger waarderen van de diagnose in het pastoraat (Pruyser 1978). De eerste vraag die beantwoordt moet worden is of er sprake is van een werkelijke crisis. We kunnen hierbij kijken naar crisisgedrag als psychische labiliteit, veranderingen in gedrag, ingrijpende levensgebeurtenissen, isolement.

De tweede vraag die aan de orde komt is de vraag naar de interpretatie van de gebeurtenissen. Die interpretatie komt tot uitdrukking in verhalen, verwachtingen, beelden van God, zichzelf en anderen. In dit alles komt ook de oriëntatie naar boven die de interpretatie beïnvloedt. Deze oriëntatiepunten kunnen belangrijke anderen zijn (bijvoorbeeld ouders of vrienden). In deze diagnose komt de kern van de crisiservaring naar boven. Het is van belang dat we ons daarbij niet verwijderen van de actuele crisiservaring. Interventie mag geen diepgaande psycho-analyse worden. Het gaat er juist om dat in de concrete crisissituatie de bepalende factoren duidelijk worden.

Actie

In de derde fase gaat het om concrete plannen voor de beheersing van de crisis. Hier richten we ons enerzijds op mogelijkheden die de gesprekspartner heeft om de crisis te overwinnen. Wanneer bijvoorbeeld de crisisgebeurtenis te maken heeft met een plotselinge werkloosheid hoort het bij de concrete plannen om te zoeken naar een nieuwe dagindeling. Van groot belang is in elk geval om een duidelijk dag en nacht ritme vast te houden of te ontwikkelen. Met het grijpen naar verdovende middelen als medicijnen of alcohol dient uiterst voorzichtig te worden omgegaan. In voorkomende gevallen is advies van een arts zeer belangrijk. Ter Horst (z.j.) geeft waardevolle adviezen en ideeën voor de bijstand die een pastor kan bieden.

Tegelijk moeten we ook in deze fase weer zoeken naar een concrete invulling van hermeneutische principes. We zoeken in deze fase naar nieuwe interpretaties en oriëntaties. Negatieve oriëntaties moeten worden bijgesteld of losgelaten. De pastor kan (tijdelijk) een nieuw baken zijn voor de opbouw van een meer adequaat interpretatiekader. Dat betekent dat de pastor helpt zoeken naar zingevingen die de ontmoeting tussen zijn gesprekspartner, de levensgebeurtenissen en God interpreteren en leiden tot een herschreven levensverhaal waarin de feiten van het leven kunnen worden ingepast (Ganzevoort 1990).

Diepgang

Clinebell (1984) omschrijft de vierde fase als het ontwikkelen van verdergaande groei. Daar kan bij horen het toetreden tot een groep die verder steun kan bieden en het leren van de opgedane ervaringen, bijvoorbeeld door de crisis te gaan zien in het licht van het geloof. Hermeneutisch gesproken gaat het in deze fase vooral om het beproeven van de gekozen antwoorden (Ter Horst z.j.) en het consistent herschrijven van het levensverhaal. Als deze fase wordt overgeslagen blijft de gesprekspartner steken in een interpretatiekader dat geen eenheid kent en daarmee bedoemd is bij volgende kritische ontmoetingen uit elkaar te vallen. In deze fase wordt van de pastor een vasthoudendheid gevraagd. Een gesprekspartner kan tevreden zijn als de acute crisis is opgelost. Om een heilzame vooruitgang in het leven te kunnen ervaren moet echter ook deze fase worden doorlopen. Daarna kan de relatie weer verschuiven naar een gewone interpersoonlijke relatie.

LITERATUUR

- Andriessen, H.C.I. (1984) *Volwassenheid in Perspectief*, Nijmegen
- Clinebell, H.J. (1984) *Basic Types of Pastoral Care and Counseling*, Nashville
- Donga, H.C. (1989) *Ontmoeting*, Hardinxveld
- Erikson E.H. (1971) *Identiteit, Jeugd en Crisis*, Utrecht/Antwerpen.
- Folkman, S. (1984) Personal Control and Stress and Coping Processes, *Journal of Personality and Social Psychology* 46(4) p. 839-852
- Ganzevoort, R.R. (1989) *Levensverhalen*, 's-Gravenhage/Kampen
- Ganzevoort, R.R. (1990) Een ander zicht op pastoraat; de betekenis van hermeneutiek voor het pastoraat, *Soteria* 7(2) p. 2-7
- Gerkin, C.V. (1979) *Crisis Experience in Modern Life*, Nashville
- Gerkin, C.V. (1984) *The Living Human Document*, Nashville
- Gerkin, C.V. (1986) *Widening the Horizons*, Philadelphia
- Horst ter, W. (z.j.) *Over troosten en verdriet*, Kampen
- Lazarus, R.S. (1966) *Psychological Stress and the Coping Process*, New York
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984) *Stress, Appraisal and Coping*, New York
- Lindijer, C.H. (1984) *Pastor en Therapeut*, Den Haag
- Monat, A. & Lazarus, R.S. (1977) *Stress and Coping*, New York
- Moos, R.H. (1986) *Coping with Life Crises*, New York
- Pruyser, P.W. (1978) *De pastor als diagnosticus*, Haarlem
- Snyder, C.R. & Ford, C.E. (1987) *Coping with negative Life Events*, New York
- Stone, H.W. (1977) *Crisiscounseling*, Haarlem
- Switzer, D.K. (1986) *The minister as crisis counselor*, Nashville